

CARDÁPIO - CRECHE		MODALIDADE DE ENSINO <i>Normal</i>							
ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA (7 - 11 meses)			PERÍODO Integral				
Agosto/2021									
	2ª FEIRA 16/08	3ª FEIRA 17/08	4ª FEIRA 18/08	5ª FEIRA 19/08	6ª FEIRA 20/08				
Café da Manhã 08:00 h	Fórmula infantil Mamão	Fórmula infantil Manga	Fórmula infantil Abacaxi	Fórmula infantil Banana prata	Fórmula infantil Maçã				
Almoço 10:15 h	Sopa de frango com legumes (sobrecosta, cebola, tomate, cenoura, couve flor, brócolis, moranga cabotiá, abobrinha, batata inglesa, arroz, macarrão)	Lentilha com suíno (lentilha, suíno, alho, cebola, cheiro verde) Batata doce Brócolis	Minestra de feijão (feijão preto, macarrão, paleta bovina, cebola, tomate, alho) Beterraba	Feijão preto Polenta cremosa Frango ao molho (sobrecosta de frango, alho, cebola, tomate, pimentão) Chuchu c/ cheiro verde	Feijão preto Arroz com açafrão Carne com legumes (paleta bovina, cenoura, batata inglesa, vagem, chuchu, abobrinha) Beterraba				
Lanche da Tarde 13:45 h	Fórmula infantil Banana caturra	Fórmula infantil Maçã	Fórmula infantil Pêra	Fórmula infantil Melão	Fórmula infantil Mamão				
Jantar 15:30 h	Sopa de frango com legumes (sobrecosta, cebola, tomate, cenoura, couve flor, brócolis, moranga cabotiá, abobrinha, batata inglesa, arroz, macarrão)	Lentilha com suíno (lentilha, suíno, alho, cebola, cheiro verde) Batata doce Brócolis	Minestra de feijão (feijão preto, macarrão, paleta bovina, cebola, tomate, alho) Beterraba	Feijão preto Polenta cremosa Frango ao molho (sobrecosta de frango, alho, cebola, tomate, pimentão) Chuchu c/ cheiro verde	Feijão preto Arroz com açafrão Carne com legumes (paleta bovina, cenoura, batata inglesa, vagem, chuchu, abobrinha) Beterraba				
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		483 kcal	79 g 66 %	16 g 13 %	12 g 23 %	1188	70	200	4,3

Isabel Thereza Steffenon Weber Sauthier – CRN-2 12305D

Tipos de alimentos	6-7 meses (pastosas – amassadas)	8-11 meses (branda – textura macia)	Obs: os alimentos deverão ser preparados e servidos, de acordo com a tabela de consistência, por faixa etária. O leite em pó e o chá não deverão ser adoçados. O leite deverá ser diluído em água filtrada ou fervida
Carnes	Bem cozida e desfiada	Bem cozida em pedaços pequenos/ Desfiada	
Ovo	Ovo inteiro (gema e clara) - Cozido e amassado	Ovo inteiro (gema e clara) - Cozido e picado em pedaços pequenos/ Mexido/ Omelete em pedaços	
Arroz/Tubérculos	Bem cozido e amassado	Bem cozido, levemente amassado	
Feijão	Amassado	Amassado	
Legumes	Cozidos e Amassados	Cozidos e picados em pedaços pequenos	
Verduras	Bem cozidas e bem picadinhas	Bem cozidas e bem picadas	
Frutas	Raspadas/ Amassadas	Pouco amassada (com pedacinhos)/ Pedaços pequenos	

* O cardápio pode sofrer alterações, sem notificação prévia, de acordo com a disponibilidade de gêneros alimentícios, principalmente maturidade de vegetais.

** Nas refeições almoço e jantar as refeições são complementadas por 1 colher de café (1 ml) de óleo de soja, exceto na preparação sopa.